

**Vergonha na transição para a adolescência: Qual o papel das percepções de segurança na vinculação ao pai e à mãe?**

Sandra Regina Gomes Gerulaitis - 30064

Orientador de Dissertação:  
Professora Doutora Maryse Guedes

Professor de Seminário de Dissertação:  
Professora Doutora Manuela Veríssimo

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

**MESTRE EM PSICOLOGIA**

Especialidade em Psicologia e Psicopatologia do Desenvolvimento

2022/2023

Tese de Mestrado realizada sob a orientação da Professora Doutora Maryse Guedes e Professora Doutora Manuela Veríssimo, apresentada no ISPA – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia e Psicopatologia do Desenvolvimento.

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar gostaria de agradecer imensamente a minha orientadora Professora Maryse Guedes, que me conduziu por todo este período no mestrado, com incentivo e paciência, que com certeza sem este apoio e suporte não teria chegado até aqui!!!

Agradeço toda acolhida que recebi do ISPA, das Professoras Maryse Guedes e Marília Fernandes, que desde o meu primeiro dia de aula, se dispuseram a me orientar e integrar. Agradeço imensamente, as colegas de turma, que tão gentilmente deram-me especial atenção me situando dos trabalhos e rotinas do dia a dia, me integraram, me acolheram, me ajudaram. A Professora Manuela Veríssimo que por todo tempo de mestrado compreendeu as minhas necessidades e sempre analisou com muita atenção e respeito os meus pedidos, tornando possível a realização deste mestrado.

Agradeço a minha família, em especial o meu marido Cesar que sempre me incentivou e acreditou que seria possível este percurso, mesmo quando em muitos momentos eu duvidava; aos meus filhos Arhur e Enzo que sempre compreenderam a minha ausência, que em muitos momentos me procuravam oferecendo um abraço, mesmo quando eu não conseguia dar-lhes atenção. A minha mãe que se dispôs, por dois períodos críticos, entregas dos trabalhos, e da finalização da tese, atravessar o oceano e vir cá ter comigo para me ajudar na rotina da casa e filhos e assim eu poder ter maior disponibilidade. Ao meu irmão Reginaldo e a minha irmã Gina, por sempre acreditarem em mim e sempre terem uma palavra de apoio.

Agradeço as minhas amigas...as que estão distantes, mas sempre presentes, Katia Ferrari, Lucimeire Alvarenga, Marilurdes Almeida, Simone Carvalho, que quando em momentos de maior inquietação, sempre me ouviam e motivavam.; as amigas que estão próximas Alessandra Coelho, que com sua frase “você é guerreira”, me ajudava muito; e a Maíra Fonseca que sempre nos apoiávamos por estarmos percorrendo o mesmo percurso e que foi quem me orientou nos primeiros passos; E aos amigos (as) que estavam mais distantes da minha rotina, mas que confiei em dividir este meu projeto e que me incentivaram e acreditaram em mim. A todos o meu muito obrigada.

E, finalmente, quero agradecer os jovens adolescentes que participaram nesta investigação, a escola que nos acolheu tão bem, a Diretora de Turma que nos abriu portas, ao Diretor da escola que nos recebeu com muito respeito e atenção e nos deu um excelente apoio logístico, sem esta ajuda não teria sido possível.

## Resumo

A vergonha resulta de um conjunto de ideias complexas acerca do eu e, quando intensa e prolongada, pode interferir no ajustamento socioemocional dos adolescentes. A investigação com jovens adultos mostrou que a vinculação aos pais é um dos fatores que se associa com a vergonha. Face à escassez de estudos na adolescência, este estudo teve como objetivo estudar as associações entre as perceções de porto de abrigo e base segura na relação com o pai e a mãe e a vergonha numa amostra de adolescentes entre os 10 e 15 anos.

Participaram no estudo 312 adolescentes (45% rapazes) que tinham, em média, 12 anos, recrutados numa escola da Região Metropolitana de Lisboa. Os adolescentes responderam à versão portuguesa do *Security Scale Questionnaire* (SSQ) e à *Escala de Vergonha Externa e Interna para Adolescentes* (EVEI-A) para avaliar as perceções de porto de abrigo e base segura na relação com os pais e a vergonha total, interna e externa, respetivamente.

Valores mais elevados de base segura e de porto de abrigo na relação com ambos os pais associaram-se significativamente com autorrelatos de menores níveis de vergonha total, interna e externa. A força das associações entre os valores de porto de abrigo na relação com a mãe e a vergonha foi mais acentuada do que na relação com o pai. Estes resultados são consistentes com a investigação conduzida com jovens adultos e reforçam a importância de avaliar o papel do pai e da mãe enquanto base segura e porto de abrigo.

**Palavras-chave:** Vinculação, Vergonha, Base Segura, Porto de Abrigo, Adolescência.

## **Abstract**

Shame results from a set of complex ideas about the self and, when intense and prolonged, may interfere adolescents' socioemotional adjustment. Research with young adults found that parent-child attachment was associated with shame. Due to the limited number of studies during adolescence, this study aimed to examine the associations of perceptions of safe haven and secure base in the relationship with the mother and the father and shame in a sample of adolescents aged 10 to 15 years.

A total of 312 adolescents (45% boys) aged, on average, 12 years, recruited from a school of the Metropolitan Lisbon, participated in the study. Participants answered the Portuguese version of the *Security Scale Questionnaire* (SSQ) and the External and Internal Shame Scale for Adolescents (EVEI-A) to assess perceptions of safe haven and secure base in the relationships with parents and total, internal, and external shame.

Higher scores of secure base and safe haven in the relationships with the father and with the mother were associated with self-reports of lower levels of overall, internal, and external shame. The strength of the associations between the scores of safe haven in the relationship with the mother and shame was higher than in the relationship with the father. These findings are consistent with research conducted with young adults and highlight the importance of assessing the role of both fathers and mothers as a safe haven and secure base.

**Keywords:** Attachment, Shame, Secure Base, Safe Haven, Adolescence.

## Índice

Enquadramento Teórico.....	1
Vergonha .....	1
Vergonha na adolescência e diferenças de sexo.....	3
Consequências da vergonha na adolescência .....	5
Vinculação na adolescência.....	7
Associações entre a vinculação e a vergonha na adolescência.....	10
Objetivos e hipóteses .....	13
Método .....	14
Participantes.....	14
Procedimento .....	15
Instrumentos .....	16
Análise de dados .....	18
Resultados .....	19
Análises preliminares: Comparação entre os adolescentes que preencheram os questionários online e os questionários em papel .....	19
Vergonha total, interna e externa dos adolescentes, em função do sexo e da idade .....	20
Perceções da mãe e do pai enquanto base segura e porto de abrigo, em função do sexo e da idade ..	22
Associações entre as perceções de base segura e o porto de abrigo na relação com a mãe e com o pai e a vergonha total, vergonha interna e vergonha externa .....	24
Discussão .....	25
Limitações e Sugestões de Estudos Futuros.....	28
Implicações Para a Prática.....	29
Referências Bibliográficas .....	30

## **Lista de Tabelas**

### **Tabela 1.**

Estatísticas Descritivas (Médias e Desvios-Padrão) da Vergonha Total, Interna e Externa na Amostra Total e em Função do Sexo.

### **Tabela 2.**

Estatísticas Descritivas (Médias e Desvios-Padrão) de Base Segura e de Porto de Abrigo na Relação com a Mãe e com o Pai, na Amostra Total e em Função do Sexo

## Enquadramento Teórico

### Vergonha

Historicamente, considerou-se que as emoções autoconscientes, tais como o embaraço e a vergonha, emergiam mais tarde por comparação com as emoções básicas. Segundo Lewis (2022), a sua emergência está relacionada com o desenvolvimento das representações mentais do *self*, da auto-reflexão e da consciência. Estas emoções autoconscientes tendem a relacionar-se com acontecimentos que só podem ser identificados pelos próprios indivíduos e, conseqüentemente, pouca investigação tem sido conduzida sobre o seu desenvolvimento (Lewis, 2016).

Embora o embaraço e a vergonha sejam reflexo de uma autoavaliação negativa, a literatura evidencia a necessidade de distinguir estas emoções autoconscientes (Crozier, 2014). Quase todas as teorias definem o embaraço como uma emoção autoconsciente que se traduz numa sensação desagradável relacionada com alguma forma de descrédito da própria imagem, através da perda da autoestima, da perda da estima de outros, ou de ambos (Lewis, 2016). De acordo com Lewis (2016), é possível distinguir o embaraço resultante da exposição aos outros e o embaraço avaliativo. Especificamente, o embaraço resultante da exposição aos outros relaciona-se com a emergência de uma representação mental de si mesmo e a compreensão de que a criança é objeto da atenção do outro, não requerendo, contudo, competências cognitivas mais elaboradas, tais como a compreensão de regras e padrões (Lewis, 2022). Por sua vez, o embaraço avaliativo pressupõe a representação mental do eu e o conhecimento do contexto que a criança adquiriu em idade precoce (Lewis, 2016, 2022); ou seja, a criança sente embaraço porque é objeto da atenção dos outros e porque não cumpriu as regras, padrões e objetivos da família e da cultura. O embaraço avaliativo é frequentemente classificado como vergonha, diferenciando-se, contudo, fenomenologicamente desta última (Lewis, 2016). Especificamente, experiências transitórias de embaraço avaliativo perante situações públicas são comuns e adaptativas, servindo importantes objetivos sociais. O embaraço avaliativo é, assim, menos intenso que a vergonha, não invocando perturbações no pensamento, na expressão verbal e na ação corporal (por exemplo, vontade de se esconder ou desaparecer).

Por sua vez, a vergonha é produto de um conjunto complexo de atividades cognitivas (Lewis, 2022) e resulta de um conjunto de ideias complexas acerca do eu, tipicamente caracterizadas por um sentimento de inferioridade e inutilidade, levando a um desejo de escapar ou desaparecer (Tracy & Robins, 2004). Relaciona-se com a aceitação da responsabilidade pelo fracasso em cumprir normas, regras e objetivos culturais ou familiares, bem como das consequências da avaliação das ações, pensamentos e sentimentos do indivíduo (Lewis, 2016). A vergonha caracteriza-se, assim, por um maior nível de intensidade e maior grau de perturbação ao nível do pensamento (i.e., confusão), da expressão verbal (i.e., incapacidade em falar) e do padrão de acção (i.e., manifestações físicas da vontade de se esconder ou desaparecer aos olhos do *self* e do outro, tais como o encolhimento do corpo ou o colapso de ombros e da cabeça) que a tornam mais negativa, destrutiva e difícil de dissipar por comparação com o embaraço avaliativo.

Por conseguinte, a vergonha é uma experiência altamente negativa e dolorosa (Gruenewald et al., 2004; Lewis & Ramsay, 2002). Devido à intensidade do padrão de acção de vergonha em todo o eu, o estado resultante é difícil de dissipar. Uma variedade de estratégias cognitivas - incluindo reinterpretação, esquecimento e conversão - são usados para lidar com o sentimento de vergonha (Lewis, 2022).

Enquanto experiência mais intensa e perturbadora, a vergonha pode ser experienciada de forma pública ou externa e privada ou interna (Gilbert, 2003).

A vergonha pública ou externa é marcada por um sentimento de que o próprio é visto de uma forma negativa e é vulnerável a ataques por parte dos outros (Gilbert, 2003). Surge principalmente de um processo de avaliação por parte dos outros sobre si mesmo, ou seja, é o que o indivíduo pensa ser o eu na mente dos outros que é a fonte deste tipo de vergonha (Gilbert, 2003). Na vergonha pública ou externa, o foco está, assim, na percepção do indivíduo acerca da forma como os outros o julgam, acreditando que irão rejeitá-lo ou atacá-lo, não porque não tem coisas positivas suficientes sobre si mesmo, mas porque têm características negativas (Gilbert, 2003). Por outras palavras, a vergonha pública ou externa refere-se à forma como se acredita existir na mente dos outros como indigno, indesejável, inferior, defeituoso e pouco atraente (Allan et al., 1994; Gilbert, 1998, 2003; Kaufman, 1989; Lewis, 1992; Tangney & Dearing, 2002; Tangney & Fischer, 1995). Consequentemente, o indivíduo aprende que pode expor "fracassos" aos olhos dos outros e passa a evitá-lo. Segundo Gilbert (2003), "tal pode torná-lo socialmente conformista, mas também

pode aprisioná-lo num determinado comportamento e aos olhos dos outros, estando constantemente sob seu escrutínio” (p. 1219).

Pelo contrário, na vergonha privada ou interna, a autodesvalorização e a autocrítica são os pontos centrais (Gilbert, 2003). Segundo este autor, está relacionada com a dinâmica interna do eu e como o eu julga e sente sobre o eu e pode ser entendida como uma resposta involuntária à consciência de que se perdeu *status* e que se desvaloriza. Assim, a vergonha privada ou interna é focada internamente, envolvendo autoavaliações negativas do *self* como inadequado, inferior, indesejável, vazio ou isolado (Gilbert, 2003). Muitos teóricos têm argumentado que este sentido interior de ser um eu indesejado/fracassado não é algo com que se nasce, mas que se desenvolve no âmbito de interações sociais (Kaufman, 1989; McKinley, 1999, citado por Gilbert, 2003).

A relação entre a auto-avaliação de outros (vergonha externa ou pública) e a auto-avaliação de si mesmo (vergonha interna ou privada) é, portanto, complexa, mas pode servir para fins adaptativos. Especificamente, se o indivíduo se julga e sente sobre si da forma como os outros o julgam, sentem e tratam, está a reproduzir estes estilos para se avaliar (Gilbert, 2003). Pelo contrário, se os outros continuarem a avaliá-lo negativamente, então pode ser adaptativo adotar um perfil submisso, constantemente alerta para se julgar negativamente e não permitir que a sua própria auto-avaliação se torne positiva, para não aumentar os conflitos com os outros (Gilbert, 2003).

### **Vergonha na adolescência e diferenças de sexo**

Do ponto de vista do desenvolvimento, a vergonha foi associada a experiências precoces de humilhação, particularmente ligadas à auto-exposição, perdas de controle, e a experiências de fracasso (Reimer, 1996). Segundo este autor, a vergonha resulta dos fracassos em desenvolver autonomia ou autenticidade e em se conformar suficientemente com as expectativas das pessoas significativas, para estabelecer um eu que será visto como digno de amor e de admiração.

As mudanças nas relações sociais e no contexto social, as mudanças físicas associadas à puberdade e as tarefas psicossociais como a formação de identidade que caracterizam a adolescência, aumentam os contextos situacionais em que é provável que a auto-avaliação ocorra (Gilbert & Irons, 2009; Reimer, 1996). De acordo com Reimer (1996), a vergonha está associada

a sentimentos de exposição de algum déficit real ou imaginário. Tendo em conta que os adolescentes são mais propensos a envolver-se em auto-avaliações do “eu real” e do “eu ideal”, o aumento da ambição e das preocupações com o desempenho podem tornar a vergonha cada vez mais proeminente nesta fase desenvolvimental (Reimer, 1996).

A experiência de vergonha na adolescência pode ser relacionada não apenas com as mudanças nos padrões externos, mas também com o significado da puberdade para a experiência afetiva do jovem e com expansão do seu autoconceito para incluir mais domínios de relevância para o *self* (Gilbert & Irons, 2009; Heaven et al., 2009; Orth et al., 2010; Reimer, 1996).

Enquanto acontecimento sociopsicológico e físico, Reimer (1996) reconhece que a puberdade se associa a mudanças físicas e reprodutivas que levam a mudanças na autocompreensão do adolescente e nas expectativas e reações dos outros em relação a si mesmo. Segundo este autor, as associações mais claras entre a puberdade e a vergonha podem ser encontradas na resposta do adolescente às mudanças no eu físico e na imagem corporal. Além dos sentimentos de falta de atratividade que podem estar associados à vergonha, o início, o progresso e as respostas dos outros à puberdade estão, em grande parte, fora do controle do adolescente (Reimers, 1996); acresce que a ascensão de um novo eu corporal sexualmente maduro aumenta a preocupação com a identidade do papel sexual.

No caso das meninas, tal pode levar a preocupações intensas em agradar os outros e a antecipar as reações dos outros para o *self*, criando um contexto mais propício ao aumento da vergonha do que para os rapazes. No mesmo sentido, a meta-análise de Else-Quest et al. (2012) e estudos empíricos conduzidos em amostras de adolescentes (e.g., Cunha et al., 2021; Murriss et al., 2018; Walter & Burnaford, 2006) também mostraram que as raparigas tendem a relatar níveis relativamente mais elevados de vergonha por comparação com os rapazes na adolescência, atribuindo estas diferenças de sexo a divergências na socialização e nas expectativas sociais. No entanto, outros estudos evidenciaram que rapazes e raparigas podem expressar e lidar com a vergonha de forma diferente, mas que tal não se traduz em diferenças na frequência ou intensidade da vergonha, nomeadamente de vergonha externa (e.g., Paulo et al., 2019; Szentágotai-Tátar & Miu, 2016; Vagos et al., 2016, 2018).

Por outro lado, as mudanças na natureza da cognição do adolescente, particularmente envolvendo novas capacidades de auto-reflexão e a tomada de perspectiva, aumentam a

autoconsciência e tornam os adolescentes mais vulneráveis a atribuições negativas em relação a si mesmo (Gilbert & Irons, 2009; Reimer, 1996). Especificamente, Reimer (1996) defende que os adolescentes são mais capazes de diferenciar entre as falhas que estão genuinamente relacionadas com eles e aquelas que são devidas a circunstâncias externas, bem como entre as falhas devidas a aspectos controláveis e incontroláveis do *self*. Como resultado, as emoções que os adolescentes relatam em várias circunstâncias são mais diferenciadas e articuladas do que as das crianças mais novas e as suas experiências de vergonha podem tornar-se mais entrelaçadas com o autoconceito (Reimer, 1996).

Reimer (1996) conclui as evidências atualmente disponíveis sugerem que a propensão à vergonha na adolescência está associada a processos normativos. Embora a propensão para experimentar níveis adaptativos de vergonha aumente no início da adolescência (Reimers, 1996), alguns estudos mostraram que a idade não é um preditor da prontidão para a vergonha em amostras de adolescentes (e.g., Szentágotai-Tătar & Miu, 2016), enquanto outros evidenciaram que os níveis de vergonha decrescem durante a adolescência e a idade adulta (e.g., Orth et al., 2010; Whittle et al., 2016). As experiências maladaptativas de vergonha, isto é, experiências diretas, generalizadas e mais extremas podem conduzir a avaliações negativas cada vez mais globais e estáveis de si mesmo e a resultados psicopatológicos (Reimer, 1996).

### **Consequências da vergonha na adolescência**

A literatura tem mostrado que a desregulação da vergonha está associada a vários tipos de psicopatologia. A revisão de Muris e Meesters (2014), identificou 22 estudos que exploraram a relação entre as emoções autoconscientes (i.e., vergonha e culpa) e a psicopatologia (i.e., problemas de internalização, sintomas de ansiedade, comportamentos de risco) em crianças e adolescentes. De forma geral, os resultados desta revisão estão amplamente alinhados com o que foi encontrado em populações adultas. Especificamente, os resultados mostraram que a vergonha está positivamente associada a sintomas internalizantes e externalizantes em amostras não-clínicas de crianças e adolescentes. No mesmo sentido, vários estudos conduzidos em amostras de adolescentes demonstraram que níveis elevados de vergonha estão associados a uma variedade de sintomas psicológicos, incluindo raiva e agressividade, depressão, transtorno de estresse pós-

traumático, transtornos de ansiedade, distúrbios alimentares, perturbações de personalidade, comportamento suicida, e abuso de substâncias (e.g., Cunha et al., 2012; Muris et al., 2016; Paulo et al., 2019; Xavier et al., 2016).

Um estudo subsequente de Muris et al. (2018) mostrou que a vergonha se encontrava positivamente associada a uma ampla gama de sintomas de ansiedade, sendo que as correlações mais fortes foram observadas para sintomas de ansiedade social (perturbação de ansiedade generalizada). Assim, este estudo apoia a ideia de que a vergonha não é relevante apenas para condições psicopatológicas como depressão e problemas externalizantes como raiva e agressividade, mas também parece desempenhar um papel proeminente na patologia da ansiedade.

Estudos mais recentes têm evidenciado o papel da vergonha nas associações entre a vitimização pelos pares e os sintomas internalizantes e externalizantes em amostras de adolescentes (e.g., Irwin et al., 2019a, 2019b; Wu et al., 2021). Por exemplo, Irwin et al. (2019a) mostraram que a vitimização pelos pares se associa indiretamente com a depressão, ansiedade social e comportamentos externalizantes, por via da vergonha, numa amostra de pré-adolescentes. Segundo estes autores, à medida que as relações entre pares se tornam cada vez mais importantes no início da adolescência, a experiência da vitimização pode ser um importante gatilho de vergonha. Os indivíduos propensos à vergonha podem aprender a ficar apreensivos com as trocas interpessoais, reais e antecipadas, sabendo que estas podem desencadear uma intensa emoção negativa. A longo prazo, a vergonha persistente afeta negativamente o humor e os comportamentos; as mudanças nestas áreas de funcionamento prejudicam a saúde geral, conduzindo a problemas persistentes (Irwin et al., 2019b).

No mesmo sentido, Wu et al. (2021) mostraram que a vitimização por bullying se associou a sintomas de ansiedade social, através da vergonha via auto-estima, numa amostra de adolescentes. De acordo com estes autores, a ridicularização, a provocação e a exclusão por parte de outros podem, a curto prazo, induzir emoções negativas e experiências dolorosas de vergonha nos adolescentes. A vergonha em si é uma experiência emocional negativa intensa em relação às próprias fragilidades da pessoa e às provocações dos outros, o que pode prejudicar diretamente o sentido de competência e valor e conduzir a baixos níveis de auto-estima. A longo prazo, tal pode aumentar a sensação de solidão e desamparo dos indivíduos e diminuir o sentido de pertença, o que

significa que os adolescentes podem tornar-se mais desconfiados dos outros e ter medo de socializar (Wu et al., 2021).

## **Vinculação na adolescência**

Uma premissa da teoria da vinculação é que a formação de uma vinculação segura fomenta um desenvolvimento social e emocional mais adaptativo (Bowlby, 1982). Através de interações repetidas com uma figura de vinculação sensível e responsiva, uma criança com uma vinculação segura, aprende a compreender e gerir experiências emocionais (Cassidy, 1994; Contreras & Kerns, 2000; Thompson, 2008).

O vínculo pais-filhos é um vínculo relacional que se desenvolve à medida que as crianças recebem cuidados dos seus cuidadores primários, tipicamente os pais. Por outras palavras, as crianças desenvolvem relações de vinculação como resultado das trocas comportamentais entre elas e os seus cuidadores (Bowlby, 1979). Embora todas as crianças estabeleçam relações de vinculação, existe uma variação na qualidade destas relações. Teoricamente, as crianças desenvolvem a segurança na vinculação no contexto de uma prestação de cuidados consistente e sensível, confiando no apoio dos seus pais em momentos de necessidade e para a exploração (Ainsworth et al., 1978/2015). A consciência e a capacidade dos pais para responder às suas necessidades cria um ciclo comportamental através do qual a criança pode expressar as suas necessidades e os pais são capazes de as interpretar e de lhes responder adequadamente. Embora as interações pais-filhos mudem de forma, desde a infância e primeira infância até à infância média e pré-adolescência, os objetivos de porto de abrigo e base segura dos pais permanecem os mesmos (Kerns & Brumariu, 2016).

A transição para a adolescência é uma fase desenvolvimental onde a criança inicia uma maior autonomia e começa a passar menos tempo com os pais (Kerns et al., 2015). À medida que as crianças crescem e se tornam mais independentes, podem contar menos frequentemente com o apoio dos pais, embora continuem tipicamente a recorrer a eles como figuras de vinculação primária na infância média (Kerns & Brumariu, 2016). De facto, neste período, tendem a aparecer mudanças na natureza do *self* e no conteúdo de autoavaliação, pelo que esta pode ser uma fase de desenvolvimento em que o apoio dos pais enquanto base segura que incentiva a exploração se torna

mais crítico (Bretherton 2010). Embora ocorra uma mudança nos objetivos do sistema de vinculação da procura de proximidade para a disponibilidade de apoio em situações em que se sentem sobrecarregados ou aflitos, os jovens continuam a ter necessidade de figuras de vinculação na transição da infância média para a adolescência (Allen, 2008; Kerns & Brumariu, 2016), sendo, assim, importante avaliar o papel de ambos os pais enquanto porto de abrigo e base segura (Kerns et al., 2015). A vinculação torna-se, assim, mais recíproca, na medida em que os pais e o jovem estabelecem uma parceria cooperativa em que ambos os parceiros assumem a responsabilidade de comunicar e coordenar o acesso e o contacto com a figura de vinculação (Kerns et al., 2011; Waters et al., 1991). São centrais para esta parceria supervisionada: a disponibilidade dos pais, a comunicação aberta entre a criança e os pais, e o respeito mútuo pela perspectiva e pelos direitos do outro (Kerns & Brumariu, 2016).

Segundo Kerns e Brumariu (2016), espera-se, assim, que as crianças com vinculação segura na infância média e no início da adolescência confiem nas capacidades dos seus pais para prestar cuidados caracterizados pelo apoio e sensibilidade, e se sintam confortáveis nas suas relações com os seus pais. Dado que estão a desenvolver a sua independência e as suas competências, estes autores defendem que é provável que confiem menos frequentemente no conforto dos seus pais, esperando-se, no entanto, que continuem a procurar orientação e assistência parental em situações angustiantes. Espera-se também que as crianças com vinculação segura estejam dispostas a explorar os seus próprios interesses e a expressar as suas ideias próprias, com a expectativa de que os seus pais apoiem o seu desenvolvimento pessoal e as ajudem, caso surjam dificuldades na sua exploração (Kerns & Brumariu, 2016). No contexto de uma vinculação segura, a relação pais-criança torna-se, assim, mais colaborativa, à medida que as crianças desenvolvem a sua independência (Kerns et al., 2011; Kerns et al., 2015).

Além disso, a teoria da vinculação descreve que as relações de vinculação das crianças e dos adolescentes com as mães e os pais podem ser diferentes e complementares e, por conseguinte, específicas de cada figura parental (Ainsworth, 1989; Bretherton, 2010; Thompson, 2016). As mães são frequentemente vistas como figuras provedoras de porto de abrigo, enquanto os pais são considerados como facilitadores do sistema de exploração das crianças (Grossman & Grossman, 2020). A investigação tem mostrado que os pais são vistos pelos adolescentes como mais encorajadores da independência, enquanto as mães são mais aceitantes (McCormick & Kennedy,

1994). Assim, é possível que o papel dos pais enquanto “ponte para o mundo externo” se torne particularmente importante na transição para a adolescência (Keizer et al., 2019).

Os resultados relativamente às diferenças de sexo e de idade na vinculação ao pai e à mãe têm sido inconsistentes (Fernandes et al., 2021; Kerns et al., 2015). Alguns estudos empíricos sugeriram que a qualidade das relações com as mães e os pais varia, em função do sexo e da idade do adolescente. Por exemplo, Papini et al. (1991) defenderam que é possível que as mudanças na percepção da qualidade da vinculação à mãe sejam mais generalizadas e fortes durante o curso da maturação pubertária, dado o papel tradicional da mãe como cuidadora primária. Este estudo mostrou que os adolescentes relatam uma menor qualidade da vinculação aos pais, com o avanço da maturação física; a única exceção a este padrão é que, com o avanço da maturação, os adolescentes do sexo masculino percebem uma maior qualidade da vinculação às mães. Papini et al. (1991) concluíram que os resultados parecem apoiar a hipótese de distanciamento emocional para as raparigas, uma vez que, à medida em que amadurecem fisicamente, as raparigas tendem a perceber menor proximidade com as mães; contudo, esta hipótese não foi corroborada para os rapazes que, à medida que amadurecem fisicamente, tendem a relatar sentir-se mais próximos das suas mães (Papini et al., 1991).

Por sua vez, Lieberman et al. (1999) mostraram que os filhos e as filhas se mantiveram estáveis na sua qualidade de afeto para com as mães, embora as filhas fossem mais suscetíveis do que os filhos de usar as suas mães como fontes de apoio e imitação. Ao longo do tempo, estes autores verificaram que, tanto os rapazes como as raparigas classificaram a qualidade do afeto para com os seus pais como inferior e utilizaram-no menos para a procura de apoio e proximidade. Lieberman et al. (1999) revelaram ainda que, para os rapazes, a disponibilidade da mãe e do pai não diferiam, consoante a idade; no entanto, os rapazes mais novos consideraram o pai menos disponível que a mãe, enquanto que os rapazes mais velhos não. O mesmo estudo mostrou que, para as raparigas, não foram observadas diferenças na disponibilidade relatada por parte da mãe, em função da idade; no entanto, as raparigas mais velhas consideraram o pai como menos disponível do que as raparigas mais novas (Lieberman et al., 1999). Com base neste estudo, Lieberman et al. (1999) concluíram que as crianças mais novas eram mais dependentes de ambos os pais do que as crianças mais velhas. No entanto, enquanto os rapazes, independentemente da idade, e as raparigas mais novas, eram igualmente dependentes da mãe e do pai, as raparigas mais

velhas relataram uma menor dependência em relação ao pai do que em relação à mãe (Lieberman et al., 1999).

### **Associações entre a vinculação e a vergonha na adolescência**

De acordo com a teoria original de Bowlby (1969, 1973), a qualidade da ligação precoce das crianças ao seu cuidador primário deve ser vista como a base para a forma como se envolvem em interações com outras pessoas na vida posterior. Se a ligação inicial tiver corrido mal e não for segura, isto terá um impacto significativo e negativo na vida social na infância, adolescência e mesmo na vida adulta (Sroufe, 2005). Várias meta-análises têm corroborado estas associações entre a qualidade da vinculação aos pais e os resultados socioemocionais futuros. Por exemplo, a meta-análise de Groh et al. (2014) evidenciou que as crianças classificadas como seguras mostraram níveis mais elevados de competência social com os seus pares do que as crianças classificadas como inseguras. Mais especificamente, esta meta-análise concluiu que os tipos de vinculação segura e evitante mostraram associações com a competência social com pares, comportamentos internalizantes e externalizantes. A vinculação desorganizada revelou associar-se com níveis mais baixos de competência social com os pares e mais elevados de comportamentos de externalização, enquanto a vinculação ambivalente mostrou associar-se a níveis significativamente mais baixos de competência social com os pares. Por sua vez, Spruit et al. (2020), em seu estudo meta-analítico, mostrou que a vinculação insegura se associou a sintomas depressivos na juventude em estudos longitudinais e transversais. Estes autores concluíram, assim, que a vinculação insegura e os sintomas depressivos co-ocorrem e que a vinculação insegura é um fator de risco para a depressão. No mesmo sentido, a meta-análise de Madigan et al. (2016) reforçou que um importante determinante social do desenvolvimento socioemocional e comportamental das crianças é a qualidade das relações de vinculação que estas estabelecem com seus cuidadores. Especificamente, a qualidade da vinculação com os cuidadores primários revelou associar-se como os resultados comportamentais das crianças na infância e adolescência. Mais recentemente, a meta-análise de Cooke et al. (2019) mostrou que as crianças com vínculo mais seguro experimentam mais afeto positivo global e menos afeto negativo global, expressaram menos afeto negativo elicitado, regulam melhor as emoções e usam com mais frequência estratégias de *coping* cognitivas e de procura de apoio social. Esta meta-análise concluiu que a evidência empírica mostra que a

vinculação aos pais tem implicações no desenvolvimento emocional das crianças. Contudo, a evidência de uma associação entre vinculação pais-filhos e desregulação das emoções autoconscientes na fase inicial da adolescência, nomeadamente da vergonha, ainda é escassa (Murriss et al., 2014).

Grande parte da investigação até à data foi conduzida com jovens adultos, na sua maioria estudantes universitários, e tem sido caracterizada por uma grande variabilidade no que se refere à forma como a vinculação e a vergonha são concetualizadas e medidas. Neste contexto, alguns estudos (e.g., Akbag & Imamoglu, 2010; Gross & Hansen, 2000; Passassini et al., 2015; Sedighimornani et al., 2021) examinaram os sentimentos globais de vergonha e a vinculação do adulto, classificando os participantes como seguros, ansiosos, preocupados e evitantes, segundo o sistema de Bartholomew e Horowitz (1991). Numa amostra de 204 estudantes universitários, Gross e Hansen (2000) evidenciaram uma associação negativa entre o padrão de vinculação seguro e os níveis globais de vergonha, enquanto que os padrões de vinculação preocupado e ansioso se associaram positivamente com os níveis globais de vergonha; contudo não foram observadas associações estatisticamente significativas entre o padrão de vinculação evitante e os níveis globais de vergonha. No mesmo sentido, Akbag e Imamoglu (2010) teve como objetivo examinar o papel preditor dos estilos de vinculação para as emoções sociais negativas, incluindo a vergonha. Numa amostra de 360 estudantes universitários (183 mulheres, 177 homens), este estudo mostrou que o padrão de vinculação seguro foi um preditor significativo de menores níveis de vergonha, enquanto o padrão de vinculação evitante se associou a níveis significativamente mais elevados de vergonha. Numa amostra de 209 estudantes universitários com idades compreendidas entre os 19 e os 24 anos, Passanisi et al. (2015) mostraram que os estudantes com vinculação segura relataram níveis mais baixos de vergonha por comparação com os estudantes com vinculação insegura. Especificamente, este estudo mostrou que os estilos de vinculação preocupado e ansioso se associam a níveis mais elevados de vergonha. Mais recentemente, Sedighimornani et al. (2021) conduziram um estudo numa amostra de 240 estudantes universitários, concluindo que as experiências parentais negativas predizem estratégias submissas (i.e., auto-ataque e retraimento) de gestão da vergonha, por via dos padrões de vinculação inseguros.

Outros estudos examinaram as associações entre a vergonha (quer global, quer interna e externa) e a vinculação do adulto, operacionalizada com base nas dimensões de ansiedade (i.e., sensibilidade à rejeição e abandono) e evitamento (i.e., desconforto com a intimidade e

proximidade) em diferentes tipos de relações (mãe, pai, parceiro amoroso, melhor amigo) próximas (e.g., Beduna & Perrone-McGovern, 2019; Martins et al., 2016; Wei et al., 2005). Por exemplo, o estudo de Wei et al. (2005) foi conduzido com 299 estudantes que preencheram questionários de autorresposta para avaliar a vinculação do adulto e a prontidão global para a vergonha. Os resultados obtidos neste estudo mostraram que níveis mais elevados de ansiedade e evitamento se associam a níveis globais mais elevados de prontidão para a vergonha. Por sua vez, Martins et al. (2016) mostraram associações positivas entre as dimensões de ansiedade e evitamento e a vergonha, quer interna, quer externa, numa amostra de adultos envolvidos numa relação amorosa. Segundo estes autores, estes resultados parecem consistentes com a ideia de que a vinculação insegura parece estar na base da crença de que os outros não valorizam o eu, mas o menosprezam. Mais recentemente, Beduna e Perrone-McGovern (2019) observaram uma associação negativa entre a segurança na vinculação e a vergonha global, numa amostra de 322 estudantes universitários.

Apesar do vasto suporte empírico para a associação entre a vinculação aos pais e o desenvolvimento social, pouco se sabe sobre as associações entre a vinculação aos pais e as emoções morais na infância e na adolescência (Costa-Martins et al., 2021). A revisão sistemática de Costa-Martins et al. (2021) concluiu que a vergonha foi das emoções morais menos estudadas (7.69%), em associação com a vinculação aos pais na infância e na adolescência. Do nosso conhecimento, são poucos os estudos empíricos que examinaram as associações entre a vinculação aos pais e a vergonha na adolescência.

Num primeiro estudo, Muris et al. (2014) examinaram as associações entre a vinculação aos pais e as emoções autoconscientes, numa amostra não-clínica de crianças com idades compreendidas entre os 9 e os 13 anos. As crianças preencheram o *Attachment Questionnaire for Children* (composto por um único item) para classificar o seu padrão de vinculação nas relações próximas (como seguro, evitante, ambivalente) e um instrumento baseado em vinhetas para avaliar a vergonha. Os resultados obtidos mostraram que as crianças que classificaram a sua vinculação como insegura relataram níveis mais elevados de vergonha em comparação com as crianças que classificaram a sua vinculação como segura.

Num segundo estudo, Murriss et al. (2014) examinaram as associações entre a vinculação e a vergonha, numa amostra de adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos,

na sua maioria, referenciados por problemas de externalização. Os adolescentes preencheram o *Inventory of Parents and Peer Attachment* para avaliar a qualidade da vinculação aos pais e um instrumento baseado em vinhetas para avaliar a vergonha. Neste estudo, verificou-se que os adolescentes da amostra clínica que relataram níveis mais elevados de alienação na relação com os pais apresentaram níveis significativamente mais elevados de vergonha desadaptativa.

No mesmo sentido, Houtakers (2015) conduziu um estudo numa amostra clínica de adolescentes ( $n = 31$ ), com idades compreendidas entre os 13 e os 19 anos. Os participantes preencheram o *Inventory of Parents and Peer Attachment* para avaliar a qualidade da vinculação aos pais e um instrumento baseado em vinhetas para avaliar a vergonha. Os resultados obtidos mostraram associações negativas entre a comunicação com os pais e a vergonha.

Em suma, as investigações conduzidas em amostras de estudantes universitários e adultos (e.g., Akbag & Imamoglu, 2010; Beduna & Perrone-McGovern, 2019; Gross & Hansen, 2000; Martins et al., 2016; Passassini et al., 2015; Sedighimornani et al., 2021; Wei et al., 2005) parecem evidenciar que participantes com padrões de vinculação inseguros relatam níveis mais elevados de vergonha, seja global, seja interna e externa. No mesmo sentido, os poucos estudos conduzidos em amostras de pré-adolescentes e adolescentes (e.g., Murriss et al., 2014; Houtakers et al., 2015) parecem sugerir que a perceção de menor segurança ou maior alienação na relação com os pais se associa com níveis mais elevados de vergonha percebida.

## **Objetivos e hipóteses**

Além de escassos, do nosso conhecimento, os poucos estudos conduzidos até à data em amostras de crianças e adolescentes (e.g., Murriss et al., 2014; Houtakers et al., 2015) não examinaram separadamente as perceções de segurança na vinculação ao pai e à mãe, nem mediram a vergonha interna e externa.

Tendo em conta as lacunas existentes na literatura, a presente dissertação tem como objetivos específicos: (1) descrever as perceções de vergonha (total, interna e externa) de jovens com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos, em função do sexo e da idade; (2) descrever as perceções de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e com a mãe, em jovens com

idades compreendidas entre os 10 a 15 anos, em função do sexo e da idade; e (3) examinar as associações entre as percepções de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e com a mãe e os relatos de vergonha (total, interna e externa), em jovens com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos.

A inconsistência dos resultados relativamente às diferenças de sexo (e.g., Cunha et al., 2021; Fernandes et al., 2021; Murriss et al., 2018; Paulo et al., 2019; Szentágotai-Tătar & Miu, 2016; Vagos et al., 2016, 2018; Walter & Burnaford, 2006) e de idade (e.g., Szentágotai-Tătar & Miu, 2016; Whittle et al., 2016) nos relatos de vergonha na adolescência e de segurança na vinculação aos pais não nos permite estabelecer uma hipótese de investigação. Esperamos que valores mais elevados de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e com a mãe dos jovens se associem a autorrelatos de menores níveis totais de vergonha (H1). A escassez de evidência sobre as associações entre a vinculação aos pais e as dimensões de vergonha (interna e externa) não nos permite estabelecer hipóteses de investigação.

## **Método**

### **Participantes**

Participaram no estudo 312 adolescentes. Constituíram-se como critérios de inclusão no estudo, a criança ou adolescente: (1) ter idade compreendida entre os 10 e os 15 anos; (2) ser capaz de ler e compreender português; (3) ter sido autorizado pelos pais a participar no estudo; e (4) ter assentido participar no estudo.

Os participantes tinham, em média, 12 anos ( $DP = 1.52$ ). No que se refere ao sexo, 45% ( $n = 141$ ) eram rapazes e 53% ( $n = 166$ ) eram raparigas (valores omissos:  $n = 5$ ). Um total de 30% ( $n = 93$ ) frequentavam o 5º ano, 32 % ( $n = 100$ ) o 6º ano, 10 % ( $n = 32$ ) o 7º ano, 9 % ( $n = 29$ ) o 8º ano e 18% ( $n = 56$ ) o 9º ano (valores omissos:  $n = 2$ ). No que se refere ao número médio de horas passados na escola por dia, 49% ( $n = 153$ ) relataram passar 4-6 horas na escola, 43% ( $n = 134$ ) relataram passar 6-8 horas na escola, e 7% ( $n = 21$ ) relataram passar mais de 8 horas na escola (valores omissos:  $n = 4$ ). Quanto à naturalidade, 78% ( $n = 243$ ) tinham como país de origem

Portugal, 16% ( $n = 51$ ) tinham como país de origem o Brasil e 5% ( $n = 15$ ) referiram outros países de origem (Venezuela, Canada, Inglaterra, China, Angola, Quênia, Moldávia, França) (valores omissos:  $n = 3$ ).

No que se refere aos pais, os participantes declararam que as mães tinham, em média, 44 anos ( $DP = 5.47$ ) e que os pais tinham, em média, 45 anos ( $DP = 6.11$ ). Segundo os participantes, 50% ( $n = 157$ ) dos pais eram casados, 33% ( $n = 102$ ) eram separados ou divorciados, 15% ( $n = 48$ ) eram unidos de facto, 2% ( $n = 5$ ) referiram outro estado civil. Os participantes referiram que 53% das mães ( $n = 165$ ) e 45% dos pais ( $n = 140$ ) tinham habilitações equivalentes ao ensino superior (valores omissos:  $n = 65$  para as mães,  $n = 71$  para os pais). Quanto à situação profissional dos pais, os participantes relataram que 58% ( $n = 182$ ) das mães trabalhavam a tempo inteiro, 32% ( $n = 100$ ) trabalhavam a tempo parcial e 10% ( $n = 30$ ) não se encontrava a trabalhar. No que se refere aos pais, os participantes referiram que 75% ( $n = 235$ ) trabalhavam a tempo inteiro, 22% ( $n = 69$ ) trabalhavam a tempo parcial e 2% ( $n = 5$ ) não se encontrava a trabalhar (valores omissos:  $n = 1$ ). Um total de 83% ( $n = 260$ ) de participantes relatou ter irmãos(ãs).

## **Procedimento**

Este estudo transversal (i.e., baseado num único momento de recolha de dados) enquadra-se num projeto mais vasto intitulado, que tem como principais objetivos investigar a importância da qualidade das relações dos adolescentes com os seus pais e com os seus pares, e as associações que estas têm na saúde mental e no bem-estar dos jovens. O projeto foi aprovado pela Direção-Geral da Educação (referência da aprovação: 0578000013). Após a aprovação da DGE, foi obtida a autorização da direção de um agrupamento de escolas do concelho de Cascais para a realização da recolha de dados em meio escolar. De seguida, foi obtido consentimento informado escrito dos encarregados de educação dos jovens, por intermédio dos diretores de turma. No consentimento informado, foram explicados os objetivos e os procedimentos do estudo, asseguradas a confidencialidade dos dados e a natureza voluntária da participação no estudo. No total foram encaminhados 618 consentimentos informados, para 27 turmas do 5.º ao 9.º ano. Um total de 332 (54%) adolescentes foram autorizados a participar pelos encarregados de educação. Após a obtenção do consentimento informado dos encarregados de educação, as datas e horários letivos

para a realização da recolha de dados com os jovens autorizados a participar pelos encarregados de educação foram definidos com os diretores de turma, de modo a minimizar a interferência da participação no estudo para os jovens e para o funcionamento da escola. A recolha de dados foi realizada em grupo por dois investigadores treinados que explicaram aos jovens as instruções para o preenchimento dos questionários e se mostraram disponíveis para responder a dúvidas. Antes de iniciar a recolha de dados, foi solicitado o assentimento dos jovens. A recusa dos jovens em participar foi respeitada, mesmo que o encarregado de educação tenha preenchido o termo de consentimento. A informação recolhida durante o questionário foi identificada com recurso a um código (apenas conhecido pela equipa de investigação) para assegurar a confidencialidade dos dados recolhidos. Os participantes preencheram os questionários em papel ( $n = 82$ , 26%) ou online ( $n = 230$ , 74%), consoante a sua preferência.

Do total de 332 autorizados a participar pelos encarregados de educação, 6 faltaram no dia da aplicação dos questionários e 8 recusaram a participar. Dos adolescentes que preencheram os questionários, 1 foi excluído porque não preencheu o questionário de autorrelato para avaliar a vergonha e 2 foram excluídos porque não preencheram o questionário de autorrelato para avaliar a vinculação em relação a nenhuma das figuras parentais. Foram ainda excluídos 3 participantes que apresentavam idades inferiores aos 10 anos ( $n = 1$ ) ou superiores aos 15 anos ( $n = 2$ )

## **Instrumentos**

*Ficha de dados sociodemográficos:* Esta ficha de dados sociodemográficas tem como objetivo a recolha de dados relativamente ao sexo, à idade, ao ano de escolaridade e ao país de nascimento da criança/adolescente, ao estado civil e escolaridade dos pais, ao número e à idade dos irmãos.

*Security Scale Questionnaire (SSQ; Kerns et al., 2015; Versão Portuguesa: Fernandes et al., 2021):* Esta escala de autorresposta, composta por 21 itens, avalia o grau em que a criança vê a mãe e o pai como figura responsiva e disponível durante a infância média e a fase inicial da adolescência (Kerns et al., 2015). Ao contrário da versão inicial do questionário onde todos os 15 itens foram agregados em uma única dimensão que mensurava a segurança da vinculação à mãe e ao pai (Kerns et al., 2001), esta nova versão está organizada em duas subescalas. A subescala Porto de Abrigo (14 itens da versão original do questionário) avalia a comunicação aberta sobre necessidades e

emoções e se uma criança usa os pais como um porto seguro quando está sofrendo. A nova subescala Base Segura (SBS) (6 novos itens mais um item do questionário original) avalia o incentivo e apoio dos pais à exploração da novidade. Para cada figura parental, são apresentados itens à criança/adolescente que descrevem dois tipos diferentes de crianças e, em seguida, a criança/adolescente deve decidir qual é mais semelhante a elas. A criança/adolescente responde a cada um dos itens com base numa escala de 4 pontos com formato de Harter (1982), indicando quão semelhante se sentem em relação ao tipo de criança escolhido (*Exatamente como Eu, Mais ou Menos como Eu*). São calculados scores para as dimensões de Base Segura e Porto de Abrigo para a mãe e para o pai separadamente, com base na média das pontuações dos itens que as compõem. Pontuações mais elevadas representam maior segurança, considerando as percepções das crianças não apenas dos comportamentos de porto de abrigo, mas também do suporte de base segura esperado dos cuidadores. No estudo da versão portuguesa, para as mães, os alfas de Cronbach foram .79 para a subescala de Base Segura e de .89 para a subescala Porto de Abrigo (ômeegas foram .79 e .89, respectivamente). Para os pais, os alfas de Cronbach foram .83 para a subescala de Base Segura e de .91 para a subescala Porto de Abrigo (ômeegas de .83 e .91, respectivamente; Fernandes et al., 2021). Esses resultados foram semelhantes aos os alfas de Cronbach obtidos por Kerns et al. (2015) no estudo original: alfas de Cronbach para a subescala de Base Segura de .76 e .74 para mãe e pai, respectivamente, e alfas de Cronbach para a dimensão de Porto de Abrigo de .88 e .90 para mãe e pai, respectivamente. Na presente amostra, os valores alfas de Cronbach para a mãe foram de .82 para a dimensão de Porto de Abrigo e .76 para a dimensão de Base Segura. Para o pai, os valores alfas de Cronbach foram de .87 para a dimensão de Porto de Abrigo e de .74 para a dimensão de Base Segura.

*Escala de Vergonha Externa e Interna para Adolescentes* (EVEI-A, Silva & Cunha, 2019; Cunha et al., 2021): Esta escala é uma versão da *Escala de Vergonha Interna e Externa* originalmente desenvolvida para adultos (Ferreira et al., 2019, 2022), adaptada para adolescentes entre os 12 e os 19 anos. A EVEI-A, manteve os 8 itens da versão da escala para adultos, mas sofreu uma alteração para que a sua linguagem fosse mais familiar para os adolescentes. Cada item é respondido, segundo uma escala tipo Likert de 5 pontos (desde 0 – *Nunca* a 4 – *Sempre*). A escala, divide-se em duas subdimensões da vergonha, a vergonha externa (ex. “Os outros julgam-me e criticam-me”) e a vergonha interna (ex. “Eu sou diferente e inferior aos outros”). São calculados scores para cada uma das subescalas de Vergonha Interna e Vergonha Externa, bem como um score global de

Vergonha, com base na média das pontuações dos respectivos itens. Pontuações mais elevadas indicam maior percepção de vivência de vergonha. Os estudos psicométricos do EVEI-A conduzidos por Cunha et al. (2021) mostraram bons indicadores de consistência interna. Os alfas de Cronbach foram de .85 para o score global, de .75 para a vergonha externa e de .79 para a vergonha interna.

Na presente amostra, os valores alfas de Cronbach foram .89 para a vergonha total, de .80 para vergonha interna e de .78 para vergonha externa.

## **Análise de dados**

A análise de dados foi conduzida através do IBM SPSS, versão 29. Para a caracterização da amostra, foram utilizadas estatísticas descritivas, isto é, médias e desvios-padrão para as variáveis contínuas e frequências e percentagens para as variáveis nominais.

Foram conduzidas análises preliminares para a comparação entre os adolescentes que preencheram os questionários em papel e online. Para isso, foram utilizados testes *t* de Student para amostras independentes (para as variáveis contínuas) e testes de qui-quadrado (para as variáveis nominais, com correções de Fisher, sempre que necessário). Foram também conduzidas análises de correlação de Pearson (para variáveis contínuas) e análises de correlação bisseriais por ponto (para as variáveis nominais, recodificadas como dummy) para identificar outras potenciais covariáveis sociodemográficas (i.e., ano de escolaridade, número de horas na escola, naturalidade, existência de irmãos, estado civil, idade, habilitações e situação profissional dos pais) para além da modalidade de preenchimento dos questionários, do sexo e da idade.

Para o primeiro e o segundo objetivos de investigação, foram conduzidas testes *t* de Student para amostras independentes para examinar a existência de diferenças estatisticamente significativas na vergonha total, vergonha interna e vergonha externa, em função do sexo do adolescente. No que se refere à vinculação, foram utilizados ANOVAs de medidas repetidas (com a variável pai vs. mãe como variável intrasujeitos) para comparar os valores de porto de abrigo e de base segura na relação com o pai e na relação com a mãe, controlando as covariáveis identificadas. Foram utilizadas ANOVAs para amostras independentes para examinar as diferenças de sexo (rapazes vs. raparigas) nas dimensões de base segura e porto de abrigo na relação com o

pai e com a mãe, controlando as covariáveis. Para examinar as associações da idade do adolescente com as variáveis sob estudo (vergonha total, vergonha interna e vergonha externa, base segura e porto de abrigo na relação com a mãe e na relação com o pai), foram conduzidas análises de correlação, controlando as covariáveis identificadas.

Para o terceiro objetivo de investigação, também foram utilizadas análises de correlação de modo a examinar as associações entre os valores de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e com a mãe e a vergonha (total, interna e externa), controlando as covariáveis identificadas.

## **Resultados**

### **Análises preliminares: Comparação entre os adolescentes que preencheram os questionários online e os questionários em papel**

As análises comparativas entre os adolescentes que preencheram os questionários em papel e online evidenciaram a existência de diferenças estatisticamente significativas ao nível da idade do adolescente ( $t = -9.10, p < .001$ ). Especificamente, os adolescentes que preencheram os questionários em papel revelaram ser significativamente mais novos ( $M = 10.95, DP = 0.85$ ) por comparação com os adolescentes que preencheram os questionários online ( $M = 12.23, DP = 1.56$ ). Além disso, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os adolescentes que preencheram os questionários em papel e online ao nível do ano de escolaridade (5-6º anos vs. 7º-9º anos) que o adolescente frequenta ( $\chi^2 = 56.99, p < .001$ ). A proporção de adolescentes que frequentava os 5º-6º anos (98%) que preencheram os questionários em papel foi superior àquela que foi observada nos adolescentes que preencheram os questionários online (50%). Por último, foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os adolescentes que preencheram os questionários online e em papel ao nível da naturalidade (Portugal vs. Outro) do adolescente ( $\chi^2 = 7.12, p = .008$ ). A proporção de adolescentes natural de Portugal (82%) que preencheram os questionários online foi superior àquela que foi observada nos adolescentes que preencheram os questionários em papel (68%).

Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os adolescentes que preencheram os questionários em papel e online, no que se refere à idade da mãe ( $t = -1.21, p = .225$ ) e do pai ( $t = -1.57, p = .117$ ), às habilitações (inferior ao superior vs. superior) da mãe ( $\chi^2 = 1.46, p = .226$ ) e do pai ( $\chi^2 = 0.19, p = .661$ ), ao número de horas passadas (< 8 horas vs. > 8 horas) na escola ( $\chi^2 = 3.50, p = .061$ ), ao sexo ( $\chi^2 = 0.01, p = .930$ ), à (in)existência de irmãos ( $\chi^2 = 0.85, p = .357$ ), ao estado civil (casados/unidos de facto vs. separados/outros) dos pais ( $\chi^2 = 0.72, p = .398$ ) e à situação profissional (trabalha vs. não trabalha) da mãe ( $\chi^2 = 0.003, p = .960$ ) e do pai ( $\chi^2 = 1.78, p = .183$ ).

No que se refere às variáveis em estudo, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os adolescentes que preencheram os questionários em papel e online ao nível da vergonha total ( $t = -1.14, p = .256$ ), da vergonha externa ( $t = -1.39, p = .165$ ), da vergonha interna ( $t = -0.79, p = .428$ ).

No que se refere à vinculação, a proporção de adolescentes que preencheu os questionários sobre a vinculação tendo por referência pai vs. outro foi comparável ( $\chi^2 = 1.62, p = .203$ ) em ambos os modos de preenchimento (online vs. papel). Contudo, a proporção de adolescentes que preencheu os questionários de vinculação em relação à mãe foi superior (98%) na modalidade de preenchimento em papel do que na modalidade de preenchimento online (89%). Não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os adolescentes que preencheram os questionários em papel e online ao nível da perceção da mãe enquanto base segura ( $t = .95, p = .343$ ) e porto de abrigo ( $t = 1.53, p = .128$ ). Contudo, foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os adolescentes que preencheram os questionários em papel e online ao nível da perceção do pai enquanto base segura ( $t = 2.22, p = .027$ ) e porto de abrigo ( $t = 2.24, p = .026$ ). Os adolescentes que preencheram os questionários em papel evidenciaram valores mais elevados de base segura ( $M = 3.33, DP = 0.55$ ) e porto de abrigo ( $M = 3,13, DP = 0.60$ ) na relação com o pai por comparação com os adolescentes que preencheram os questionários online (base segura:  $M = 3,16, DP = 0.61$ ; porto de abrigo:  $M = 2.94, DP = 0.64$ ).

### **Vergonha total, interna e externa dos adolescentes, em função do sexo e da idade**

As análises de correlação de Pearson e bisseriais por ponto preliminares mostraram que não foram encontradas correlações estatisticamente significativas da vergonha total, vergonha interna e vergonha externa com as características sociodemográficas dos adolescentes (i.e., ano de escolaridade, número de horas na escola, naturalidade, existência de irmãos) e dos seus pais (i.e., estado civil, idade, habilitações literárias, situação profissional).

A Tabela 1 apresenta as estatísticas descritivas (médias e desvio-padrão) das percepções de vergonha total, vergonha interna e vergonha externa, dos adolescentes na amostra total e em função do sexo.

Tabela 1.

*Estatísticas Descritivas (Médias e Desvios-Padrão) da Vergonha Total, Interna e Externa na Amostra Total e em Função do Sexo*

	Raparigas	Rapazes	Total
	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>
Vergonha total	2.04 (0.80)	2.08 (0.86)	2.07 (0.83)
Vergonha interna	1.91 (0.91)	1.90 (0.91)	1.92 (0.91)
Vergonha externa	2.16 (0.79)	2.26 (0.89)	2.22 (0.84)

Os testes *t* de Student mostraram que não foram identificadas diferenças estatisticamente significativas, em função do sexo na vergonha total ( $t = 0.47, p = .640$ ), na vergonha interna ( $t = -0.02, p = .986$ ) e na vergonha externa ( $t = -0.97, p = .332$ ).

Não foram observadas correlações estatisticamente significativas entre a idade do jovem e a vergonha total antes ( $r = .028, p = .630$ ) e após ( $r = .003, p = .956$ ) controlar as covariáveis (i.e., modo de preenchimento dos questionários). Resultados semelhantes foram encontrados para as associações da idade do jovem com a vergonha interna antes ( $r = .016, p = .780$ ) e após ( $r = -.002, p = .977$ ) controlar as covariáveis (i.e., modo de preenchimento dos questionários). Também não foram observadas correlações estatisticamente significativas entre a idade do jovem e a vergonha externa ( $r = .038, p = .507$ ) e após ( $r = .009, p = .875$ ) controlar as covariáveis (i.e., modo de preenchimento dos questionários).

## Perceções da mãe e do pai enquanto base segura e porto de abrigo, em função do sexo e da idade

No que se refere à vinculação à mãe, as análises preliminares de correlação com as características sociodemográficas dos jovens e dos seus pais evidenciaram associações estatisticamente significativas entre o estado civil dos pais e as dimensões de base segura ( $r = .117$ ,  $p = .039$ ) e porto de abrigo ( $r = .194$ ,  $p < .001$ ) na relação com a mãe. Os adolescentes cujos pais se encontravam casados/unidos de facto evidenciaram valores mais elevados de base segura e porto de abrigo na relação com a mãe do que os adolescentes cujos pais com outros estados civis. Não foram observadas correlações estatisticamente significativas entre a pessoa em relação à qual o adolescente preencheu o questionário (mãe vs. outro) e os valores nas dimensões de base segura e porto de abrigo.

A Tabela 2 apresenta as estatísticas descritivas (médias e desvios-padrão) das dimensões de base segura e porto de abrigo na relação com a mãe e com o pai na amostra total e em função do sexo dos adolescentes.

Tabela 2.

*Estatísticas Descritivas (Médias e Desvios-Padrão) de Base Segura e de Porto de Abrigo na Relação com a Mãe e com o Pai, na Amostra Total e em Função do Sexo*

	Raparigas	Rapazes	Total
	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>	<i>M (DP)</i>
Mãe			
Base Segura	3.35 (0.59)	3.34 (0.55)	3.34 (0.58)
Porto de Abrigo	3.25 (0.59)	3.21 (0.51)	3.22 (0.56)
Pai			
Base Segura	3.17 (0.66)	3.25 (0.52)	3.20 (0.60)
Porto de Abrigo	2.96 (0.73)	3.03 (0.49)	2.99 (0.63)

Controlando o estado civil e a modalidade de preenchimento, as ANOVAs mostraram que foram observadas diferenças estatisticamente significativas nos scores de base segura na relação com o pai e com a mãe ( $Z = 11.39$ ,  $p < .001$ ). Os adolescentes evidenciaram valores

significativamente mais elevados de base segura na relação com a mãe do que na relação com o pai. Foi observada uma correlação positiva estatisticamente significativa ( $r = .49, p < .001$ ) entre os valores de base segura na relação com a mãe e com o pai. Resultados semelhantes foram observados no que se refere à dimensão de porto de abrigo ( $Z = 26.10, p < .001$ ). Foi observada uma correlação positiva estatisticamente significativa ( $r = .54, p < .001$ ) entre os valores de porto de abrigo na relação com a mãe e na relação com o pai.

A correlação entre os valores de porto de abrigo e base segura na relação com a mãe foi  $.72 (p < .001)$ . Controlando as covariáveis, as ANOVAs não evidenciaram a existência de diferenças estatisticamente significativas nas dimensões de base segura ( $Z = 0.16, p = .688$ ) e porto de abrigo ( $Z = 0.90, p = .343$ ) na relação com a mãe, em função do sexo do adolescente.

Foram observadas correlações negativas estatisticamente significativas entre a idade do jovem e os valores de base segura ( $r = -.133, p = .020$ ) e porto de abrigo ( $r = -.127, p = .026$ ) na relação com a mãe. Estas correlações estatisticamente significativas não se mantiveram, após controlar o estado civil dos pais e a modalidade de preenchimento dos questionários (base segura:  $r = -.107, p = .061$ ; porto de abrigo:  $r = -.076, p = .182$ ).

No que se refere à vinculação ao pai, as análises preliminares de correlação com as características sociodemográficas dos jovens e dos seus pais evidenciaram associações estatisticamente significativas entre o estado civil dos pais e as dimensões de base segura ( $r = .169, p = .003$ ) e porto de abrigo ( $r = .226, p < .001$ ) na relação com o pai. Os adolescentes cujos pais se encontravam casados/unidos de facto evidenciaram valores mais elevados de base segura e porto de abrigo na relação com o pai do que os adolescentes cujos pais que tinham outros estados civis. Não foram observadas correlações estatisticamente significativas entre a pessoa em relação à qual o adolescente preencheu o questionário (pai vs. outro) e os valores nas dimensões de base segura e porto de abrigo.

A correlação entre os valores de porto de abrigo e base segura na relação com o pai foi  $.74 (p < .001)$ . Controlando as covariáveis, as ANOVAs para amostras independentes não evidenciaram a existência de diferenças estatisticamente significativas nas dimensões de base segura ( $Z = 1.02, p = .313$ ) e porto de abrigo ( $Z = 0.46, p = .498$ ) na relação com o pai.

Não foram observadas correlações estatisticamente significativas entre a idade do jovem e os valores de base segura ( $r = -.069, p = .229$ ) e porto de abrigo ( $r = -.079, p = .171$ ) na relação

com o pai. Estes resultados mantiveram-se, após controlar o estado civil e a modalidade de preenchimento dos questionários (base segura:  $r = -.004$ ,  $p = .950$ ; porto de abrigo:  $r = -.004$ ,  $p = .946$ ).

### **Associações entre as percepções de base segura e o porto de abrigo na relação com a mãe e com o pai e a vergonha total, vergonha interna e vergonha externa**

No que se refere à relação com a mãe, foram observadas associações negativas estatisticamente significativas entre os valores de base segura e a vergonha total ( $r = -.360$ ,  $p < .001$ ), interna ( $r = -.350$ ,  $p < .001$ ) e externa ( $r = -.333$ ,  $p < .001$ ). Estes resultados mantiveram-se após controlar o estado civil dos pais e a modalidade de preenchimento dos questionários (Vergonha total:  $r = -.350$ ,  $p < .001$ , Vergonha interna:  $r = -.341$ ,  $p < .001$ , Vergonha externa:  $r = -.323$ ,  $p < .001$ ). Foram observadas associações negativas estatisticamente significativas entre os valores de porto de abrigo e a vergonha total ( $r = -.423$ ,  $p < .001$ ), interna ( $r = -.434$ ,  $p < .001$ ) e externa ( $r = -.370$ ,  $p < .001$ ). Estes resultados mantiveram-se após controlar o estado civil dos pais e a modalidade de preenchimento dos questionários (Vergonha total:  $r = -.420$ ,  $p < .001$ , Vergonha interna:  $r = -.430$ ,  $p < .001$ , Vergonha externa:  $r = -.366$ ,  $p < .001$ ).

No que se refere à relação com o pai, foram observadas associações negativas estatisticamente significativas entre os valores de base segura e a vergonha total ( $r = -.380$ ,  $p < .001$ ), interna ( $r = -.369$ ,  $p < .001$ ) e externa ( $r = -.354$ ,  $p < .001$ ). Estes resultados mantiveram-se após controlar o estado civil dos pais e a modalidade de preenchimento dos questionários (Vergonha total:  $r = -.366$ ,  $p < .001$ , Vergonha interna:  $r = -.357$ ,  $p < .001$ , Vergonha externa:  $r = -.339$ ,  $p < .001$ ). Foram observadas associações negativas estatisticamente significativas entre os valores de porto de abrigo e a vergonha total ( $r = -.373$ ,  $p < .001$ ), interna ( $r = -.335$ ,  $p < .001$ ) e externa ( $r = -.374$ ,  $p < .001$ ). Estes resultados mantiveram-se após controlar o estado civil dos pais e a modalidade de preenchimento dos questionários (Vergonha total:  $r = -.362$ ,  $p < .001$ , Vergonha interna:  $r = -.324$ ,  $p < .001$ , Vergonha externa:  $r = -.365$ ,  $p < .001$ ).

## Discussão

Esta dissertação teve como principais descrever as percepções de vergonha (total, interna e externa), de base segura e porto de abrigo na relação com ambos os pais de jovens com idades compreendidas entre os 10 e os 15 anos, em função do sexo e da idade e examinar as associações entre as percepções de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e com a mãe e os relatos de vergonha (total, interna e externa).

No que se refere ao primeiro objetivo, não observamos diferenças estatisticamente significativas nas percepções de vergonha global, interna e externa, em função do sexo e da idade. Estes resultados são consistentes com outros estudos que evidenciaram que a vergonha é experienciada em ambos os sexos e que não existem diferenças na frequência ou intensidade da vergonha total, interna e externa nos adolescentes do sexo masculino e do sexo feminino (e.g., Paulo et al., 2019; Szentágotai-Tătar & Miu, 2016; Vagos et al., 2016, 2018). Estes estudos defendem que os processos através dos quais os rapazes e as raparigas lidam com a vergonha diferem: os rapazes tendam a lidar com a vergonha, apresentando comportamentos externalizantes, enquanto as raparigas o fazem, demonstrando comportamentos internalizantes (Paulo et al., 2019). A inexistência de diferenças de sexo também se aproxima das conclusões da meta-análise de Else-Quest et al. (2012) que mostrou que as diferenças identificadas eram apenas de magnitude pequena.

Os resultados obtidos são também coerentes com os estudos anteriores que mostraram que a idade não é um preditor da prontidão para a vergonha em amostras de adolescentes (e.g., Szentágotai-Tătar & Miu, 2016). Segundo o estudo longitudinal de Orth et al. (2010), o aumento da prontidão para a vergonha se inicia na adolescência, mas se expande sobretudo na idade adulta. Segundo Szentágotai-Tătar e Miu (2016), esta tendência pode explicar porque não são observadas associações nos níveis de vergonha em amostras de adolescentes.

Com relação ao segundo objetivo, no que se refere à vinculação, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas nos valores de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e com a mãe. Os resultados relativos às diferenças de sexo nas percepções de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e a mãe têm sido inconsistentes na literatura. Os nossos resultados parecem consistentes com a ideia de Fernandes et al. (2021) de que, quer os meninos, quer as meninas organizam o comportamento de base segura em torno de todos os seus cuidadores

primários, pelo menos quando cada cuidador funciona como base segura fornecendo apoio adequado durante um período de tempo significativo. Por outro lado, os nossos resultados mostraram que os adolescentes relatam valores mais elevados de base segura e porto de abrigo na relação com a mãe do que na relação com o pai. Estes resultados vão de encontro à ideia de que tanto as mães como os pais são figuras de vinculação importantes, embora possam adotar papéis diferentes e complementares e, por conseguinte, específicas de cada figura parental (Ainsworth, 1989; Bretherton, 2010; Kerns et al., 2015; Thompson, 2016).

Observamos que os valores de base segura e porto de abrigo diminuem à medida que a idade do jovem aumenta, embora a correlação entre as variáveis seja de magnitude pequena. Este resultado aproxima-se dos achados de Papini et al. (1991) que defenderam que é possível que as mudanças na perceção da qualidade da vinculação à mãe sejam mais generalizadas e fortes durante o curso da maturação pubertária, dado o papel tradicional da mãe como cuidadora primária. Contudo, as correlações negativas significativas de magnitude pequena da idade do jovem com os valores de base segura e porto de abrigo não se mantiveram, após controlar a modalidade de preenchimento dos questionários e o estado civil dos pais. No nosso estudo, os adolescentes cujos pais se encontravam casados/unidos de facto evidenciaram valores mais elevados de base segura e porto de abrigo na relação com a mãe do que os adolescentes cujos pais se encontravam noutras situações maritais. Estes resultados aproximam-se dos achados de Kerns et al. (2015) que evidenciaram que crianças em famílias intactas relatam valores mais elevados de base segura e porto de abrigo do que as crianças que se encontram em famílias monoparentais ou reconstituídas. Por outro lado, estes resultados parecem apoiar a ideia de Kerns e Brumariu (2016) que afirmaram que, embora as interações mãe-filhos mudem de forma e ocorra uma mudança nos objetivos do sistema de vinculação da procura de proximidade para a disponibilidade de apoio em situações em que os jovens se sentem sobrecarregados, desde a primeira infância até à infância média e pré-adolescência, os objetivos de porto de abrigo e base segura dos pais permanecem os mesmos.

No que se refere ao terceiro objetivo, verificámos que valores mais elevados de base segura e porto de abrigo na relação com o pai e com a mãe dos jovens (de 10 e os 15 anos) da amostra recolhida, se associam a autorrelatos de menores níveis de vergonha total, interna e externa. A maioria dos estudos sobre as associações entre estas variáveis foram conduzidos com estudantes universitários, baseados em modelos conceituais diferentes, mostrando que padrões de vinculação segura se associam a níveis mais baixos de vergonha global (Akbag & Imamoglu, 2010;

Passassini et al., 2015; Beduna & Perrone-McGovern, 2019) e a padrões submissos (auto-ataque e retraimento) de gestão de vergonha (Sedighimornani et al., 2021). As associações encontradas nesta dissertação são consistentes com os estudos conduzidos em amostras de crianças e adolescentes (Houtakers, 2015; Murriss et al., 2014). De facto, Murriss et al. (2014) mostraram que as crianças que classificaram a sua vinculação como insegura relataram níveis mais elevados de vergonha em comparação com as crianças que classificaram a sua vinculação como segura e que níveis mais elevados de alienação na relação com os pais se associam a níveis mais elevados de vergonha desadaptativa. Do mesmo modo, Houtakers (2015) relatou associações negativas entre a comunicação com os pais e a vergonha, concluindo, que a perceção de menor segurança ou maior alienação na relação com os pais se associa com níveis mais elevados de vergonha percebida.

Estes resultados parecem ir de encontro à ideia de que as interações com os outros têm um papel importante na experiência de vergonha (Kaufman, 1989; McKinley, 1999, citado por Gilbert, 2003). Do nosso conhecimento, os poucos estudos conduzidos até à data em amostras de crianças e adolescentes (e.g., Murriss et al., 2014; Houtakers et al., 2015) não examinaram separadamente as perceções de porto de abrigo e base segura na relação com o pai e com a mãe, nem mediram a vergonha interna e externa. Contudo, os nossos resultados podem ser compreendidos com base nos contributos teóricos da teoria da vinculação na infância média e na adolescência (Kerns & Brumariu, 2016). É possível que os jovens que experienciam maior confiança na capacidade e na disponibilidade de ambos os pais para a comunicação aberta sobre as suas emoções e necessidades e para lhes dar orientação e assistência em situações angustiantes e que percecionam um maior incentivo da mãe e do pai para a exploração da novidade e um maior respeito pelas suas perspetivas e direitos (Kerns et al., 2015; Kerns & Brumariu, 2016) tenham expectativas mais positivas acerca do *self* e dos outros, baseadas na crença de que o eu é valorizado pelos outros (Martins et al., 2016). No mesmo sentido, Reimer (1996) também defendeu que a vergonha resulta dos fracassos em desenvolver autonomia e em corresponder às expectativas das pessoas significativas, para estabelecer um eu que será visto como digno de amor e de admiração. Por outro lado, as meta-análises mostram também que a vinculação segura aos pais se associa também a melhores competências sociais e emocionais na infância e na adolescência (Cooke et al., 2019; Groh et al., 2014) que podem tornar os jovens mais capazes de lidar de forma adaptativa com as mudanças nas relações sociais e no contexto social, as mudanças físicas associadas à puberdade e as tarefas psicossociais como a formação de identidade que caracterizam a adolescência e que aumentam os

contextos em que ocorre a autoavaliação (Reimer et al., 1996). Consequentemente, os jovens que percebem os pais como mais disponíveis em situações angustiantes e mais incentivadores da exploração podem fazer menos avaliações negativas sobre si mesmos como inferiores, inadequados, indesejáveis, vazios ou isolados e perceber-se como menos vulneráveis à crítica, rejeição e ataques dos outros (Gilbert, 2003).

As associações descritas foram identificadas para ambos os pais, reforçando a importância de avaliar o papel, quer do pai, quer da mãe, enquanto porto de abrigo e base segura (Kerns et al., 2015). Contudo, os nossos resultados mostram os valores de porto de abrigo parecem ter associações mais fortes com a vergonha (especialmente total e interna) do que os valores de base segura na relação com a mãe. Além disso, as correlações entre os valores de porto de abrigo e a vergonha (especialmente total e interna) na relação com a mãe também foram mais fortes do que na relação com o pai. Estes resultados parecem consistentes com a ideia de que as mães são frequentemente mais vistas como figuras provedoras de porto de abrigo (Grossman & Grossman, 2020) por comparação com os pais. Estes resultados parecem reforçar que a disponibilidade dos pais, em especial da mãe, para orientar e dar assistência em situações angustiantes continua a ser importante para os adolescentes (Kerns & Brumariu, 2016). No que se refere à relação com o pai, a força das associações dos valores de base segura e dos valores de porto de abrigo com a vergonha (total, interna e externa) foi relativamente comparável. O mesmo também se verificou em relação à força das associações dos valores de base segura com a vergonha na relação com o pai e com a mãe. Tendo em conta que os adolescentes estão a desenvolver a sua independência, estes resultados parecem mostrar a importância do apoio de ambos pais na exploração dos seus interesses e na expressão de ideias próprias (Kerns & Brumariu, 2016), associando-se à forma como os jovens se autoavaliam e percebem-se como vulneráveis aos ataques dos outros.

### **Limitações e Sugestões de Estudos Futuros**

O presente estudo apresenta limitações. Em primeiro lugar, o recrutamento dos participantes baseou-se num método de amostragem por conveniência, com uma taxa de adesão de 54%, o que limita a representatividade da amostra e consequentemente a generalização dos resultados. Em segundo lugar, observou-se que para os jovens adolescentes que frequentavam os 5<sup>o</sup>-6<sup>o</sup> anos, houve

maior necessidade de tempo para compreensão e preenchimento da ficha de dados sociodemográficos, utilizando assim uma boa parte do tempo destinado ao preenchimento dos questionários de autorresposta. Em terceiro lugar, a aplicação de questionários de autorresposta tem a vantagem da sua facilidade de administração. Porém, este método de recolha de dados tem limitações relacionadas com a desejabilidade social, que pode ter conduzido os jovens a responder de acordo com o que consideravam aceitável. Por último, este estudo fundamentou-se num delineamento transversal, não sendo possível estabelecer relações de causalidade entre as variáveis nem estabelecer a direção das associações entre as variáveis.

São necessários estudos futuros com amostras mais representativas que adaptem os procedimentos de recolha de dados para facilitar a participação dos adolescentes mais novos e que se fundamentem numa abordagem multi-métodos (e.g., narrativas de vinculação, entrevistas com vinhetas para avaliar a vergonha, questionários) e multi-informantes (e.g., pais, professores, pares) e em delineamentos longitudinais. Estes estudos futuros podem examinar a evolução das associações entre a vinculação e a vergonha ao longo da adolescência, esclarecer o papel de outros fatores (e.g., estado civil dos pais, regulação emocional) para melhor compreender estas associações e examinar as consequências da vergonha para o ajustamento socioemocional (e.g., vitimização por bullying e ansiedade social).

### **Implicações Para a Prática**

Os nossos resultados sugerem que intervenções centradas na família e que promovam a modificação, flexibilização e reestruturação das representações que os adolescentes têm acerca dos pais, enquanto porto de abrigo e base segura, podem ser importante, no sentido de minimizar os sentimentos de vergonha nesta fase desenvolvimental. Os nossos resultados parecem também reforçar a importância de intervir precocemente com os pais para promover relações de qualidade e prevenir consequências negativas na vida social, bem como na forma como crianças, adolescentes e adultos se avaliam a si-próprios e percebem os outros.

## Referências Bibliográficas

- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, *44*(4), 709-716.  
<https://doi.org/10.1037//0003-066x.44.4.709>
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (1978/2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Taylor & Francis Group.
- Akbag, M., & Imamoglu, S. E. (2010). The prediction of gender and attachment styles on shame, guilt, and loneliness. *Educational Sciences: Theory and Practice*, *10*(2), 669-682.
- Allan, S., Gilbert, P., & Goss, K. (1994). An exploration of shame measures—II: psychopathology. *Personality and Individual Differences*, *17*(5), 719-722.  
[https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)90150-3](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)90150-3)
- Allen, J. P. (2008). The attachment system in adolescence. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed., pp. 419–435). Guilford Press.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, *61*(2), 226-244.  
<http://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Beduna, K. N., & Perrone-McGovern, K. M. (2019). Recalled childhood bullying victimization and shame in adulthood: The influence of attachment security, self-compassion, and emotion regulation. *Traumatology*, *25*(1), 21-32.  
<https://doi.org/10.1037/trm0000162>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Attachment*, Vol. 1 Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Separation anxiety and anger*, (Vol. 2). Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. Tavistock Publications.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Attachment*.(Vol. 1). Basic Books.
- Bretherton, I. (2010). Fathers in attachment theory and research: A review. *Early Child Development and Care*, *180*(1-2), 9-23. <https://doi.org/10.1080/03004430903414661>
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the*

*Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228-249.  
<https://doi.org/10.2307/1166148>

Contreras, J. M., & Kerns, K. A. (2000). Emotion regulation processes: Explaining links between parent-child attachment and peer relationships. In K.A. Kerns, J. M. Contreras, & A. M. Neal Barnett (Eds.), *Family and peers: Linking two social worlds* (pp. 1–25). Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.

<https://doi.org/10.1037/0893-3200.14.1.111>

Cooke, J. E., Kochendorfer, L. B., Stuart-Parrigon, K. L., Koehn, A. J., & Kerns, K. A. (2019). Parent-child attachment and children's experience and regulation of emotion: A meta-analytic review. *Emotion*, 19(6), 1103-1126. <https://doi.org/10.1037/emo0000504>.

Costa-Martins, M., Santos, A. F., Fernandes, M., & Veríssimo, M. (2021). Attachment and the development of moral emotions in children and adolescents: A systematic review. *Children*, 8(10), 915. <https://doi.org/10.3390/children8100915>

Crozier, W. R. (2014). Differentiating shame from embarrassment. *Emotion Review*, 6(3), 269-276. <https://doi.org/10.1177/1754073914523800>

Cunha, M., Matos, M., Faria, D., & Zagalo, S. (2012). Shame memories and psychopathology in adolescence: The mediator effect of shame. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(2), 203-218.

Cunha, M., Silva, P., Ferreira, C., & Galhardo, A. (2021). Measuring shame in adolescents: Validation studies of the External and Internal Shame Scale in a community sample. *Child & Youth Care Forum*, 50(6), 971-989. <https://doi.org/10.1007/s10566-021-09607-3>

Else-Quest, N. M., Higgins, A., Allison, C., & Morton, L. C. (2012). Gender differences in self-conscious emotional experience: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 138(5), 947-981. <https://doi.org/10.1037/a0027930>

Fernandes, M., Veríssimo, M., Santos, A. J., Ribeiro, O., Vaughn, B. E., Gastelle, M., & Kerns, K. A. (2021). Measurement invariance across mother/child and father/child attachment relationships. *Attachment & Human Development*, 23(1), 56-74.

<https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1710222>

Ferreira, C., Moura-Ramos, M., Matos, M., & Galhardo, A. (2019). *Uma nova medida para avaliar*

*a vergonha externa e interna: Desenvolvimento da estrutura fatorial e propriedades psicométricas da Escala de Vergonha Externa e Interna.* Manuscrito não publicado.

Ferreira, C., Moura-Ramos, M., Matos, M., & Galhardo, A. (2022). A new measure to assess external and internal shame: Development, factor structure and psychometric properties of the external and internal shame scale. *Current Psychology*, 41(4), 1892-1901. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-020-00709-0>

Gilbert, P. (1998). What is shame? Some core issues and controversies. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.), *Shame: Interpersonal behaviour, psychopathology, and culture* (pp. 3–36). Oxford University Press.

Gilbert, P. (2003). Evolution, social roles, and the differences in shame and guilt. *Social Research: An International Quarterly*, 70(4), 1205-1230. <https://doi.org/10.1353/sor.2003.0013>

Gilbert, P., & Irons, C. (2009). Shame, self-criticism and self-compassion in adolescence. In N. Allen & L. B. Sheeber (Eds.), *Adolescent emotional development and the emergence of depression* (pp. 195-214). Cambridge University Press.

Groh, A. M., Fearon, R. P., Bakermans-Kranenburg, M. J., Van IJzendoorn, M. H., Steele, R. D., & Roisman, G. I. (2014). The significance of attachment security for children's social competence with peers: A meta-analytic study. *Attachment & Human Development*, 16(2), 103-136. <https://doi.org/10.1080/14616734.2014.883636>

Gross, C. A., & Hansen, N. E. (2000). Clarifying the experience of shame: The role of attachment style, gender, and investment in relatedness. *Personality and Individual Differences*, 28(5), 897-907. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00148-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00148-8)

Grossmann, K., & Grossmann, K. E. (2020). Essentials when studying child-father attachment: A fundamental view on safe haven and secure base phenomena. *Attachment & Human Development*, 22(1), 9-14. <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1589056>

Gruenewald, T. L., Kemeny, M. E., Aziz, N., & Fahey, J.L. (2004). Acute threat to the social self: Shame, social self-esteem, and cortisol activity. *Psychosomatic Medicine*, 66, 915–924. <https://doi.org/10.1097/01.psy.0000143639.61693.ef>

Harter, S. (1982). The perceived competence scale for children. *Child development*, 87-97. <https://doi.org/10.2307/1129640>

- Heaven, P. C., Ciarrochi, J., & Leeson, P. (2009). The longitudinal links between shame and increasing hostility during adolescence. *Personality and Individual Differences*, 47(8), 841-844. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2009.07.002>
- Houtackers, R. C. E. T. G. (2015). The relationship between attachment, the selfconscious emotions of shame and guilt and problem behavior in adolescents. *MaRBL*, 6.
- Irwin, A., Li, J., Craig, W., & Hollenstein, T. (2019a). The role of shame in the relation between peer victimization and mental health outcomes. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(1), 156-181. <https://doi.org/10.1177/0886260516672937>
- Irwin, A., Li, J., Craig, W., & Hollenstein, T. (2019b). The role of shame in chronic peer victimization. *School Psychology*, 34(2), 178-186. <https://doi.org/10.1037/spq0000280>
- Kaufman, G. (1989). *The psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes*. Springer.
- Keizer, R., Helmerhorst, K. O., & van Rijn-van Gelderen, L. (2019). Perceived quality of the mother–adolescent and father–adolescent attachment relationship and adolescents’ self-esteem. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1203-1217. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01007-0>
- Kerns, K. A., Aspelmeier, J. E., Gentzler, A. L., & Grabill, C. M. (2001). Parent–child attachment and monitoring in middle childhood. *Journal of family psychology*, 15(1), 69. <https://doi.org/10.1037//0893-3200.15.1.69>
- Kerns, K. A., Brumariu, L. E., & Seibert, A. (2011). Multi-method assessment of mother-child attachment: Links to parenting and child depressive symptoms in middle childhood. *Attachment & Human development*, 13(4), 315-333. <https://doi.org/10.1080/14616734.2011.584398>
- Kerns, K. A., Mathews, B. L., Koehn, A. J., Williams, C. T., & Siener-Ciesla, S. (2015). Assessing both safe haven and secure base support in parent–child relationships. *Attachment & Human Development*, 17(4), 337-353. <https://doi.org/10.1080/14616734.2015.1042487>
- Kerns, K. A., & Brumariu, L. E. (2016). Attachment in middle childhood. In J. Cassidy & P. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment* (3rd ed., pp. 349–365). Guilford Press.
- Lewis, M. (1992). *Shame: The exposed self*. The Free Press.

- Lewis, M., & Ramsay, D. S. (2002). Cortisol response to embarrassment and shame. *Child Development, 73*(4), 1034–1045. <http://doi.org/10.1111/1467-8624.00455>
- Lewis, M. (2016). Self-conscious emotions: Embarrassment, pride, shame, guilt, and hubris. In Authors (Eds), *Handbook of emotions* (pp. 792-814). Guilford Publications
- Lewis, M. (2022). The self-conscious emotions. In Tremblay, R. E, Boivin, M., Peters R. (Eds), *Encyclopedia on Early Childhood Development* [online].
- Lieberman, M., Doyle, A. B., & Markiewicz, D. (1999). Developmental patterns in security of attachment to mother and father in late childhood and early adolescence: Associations with peer relations. *Child Development, 70*(1), 202-213.  
<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00015>
- Madigan, S., Brumariu, L. E., Villani, V., Atkinson, L., & Lyons-Ruth, K. (2016). Representational and questionnaire measures of attachment: A meta-analysis of relations to child internalizing and externalizing problems. *Psychological Bulletin, 142*(4), 367.  
<https://doi.org/10.1037/bul0000029>
- Martins, T. C., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2016). Adult attachment and dyadic adjustment: The mediating role of shame. *The Journal of Psychology, 150*(5), 560-575.  
<https://doi.org/10.1080/00223980.2015.1114461>.
- McCormick, C. B., & Kennedy, J. H. (1994). Parent-child attachment working models and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 23*, 1–18.  
<https://doi.org/10.1007/BF01537139>
- Muris, P., & Meesters, C. (2014). Small or big in the eyes of the other: On the developmental psychopathology of self-conscious emotions as shame, guilt, and pride. *Clinical Child and Family Psychology Review, 17*(1), 19-40. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9817-z>
- Muris, P., Meesters, C., Cima, M., Verhagen, M., Brochard, N., Sanders, A., ... & Meesters, V. (2014). Bound to feel bad about oneself: Relations between attachment and the self-conscious emotions of guilt and shame in children and adolescents. *Journal of Child and Family Studies, 23*(7), 1278-1288. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9817-z>
- Muris, P., Meesters, C., Heijmans, J., van Hulten, S., Kaanen, L., Oerlemans, B., ... & Tielemans, T. (2016). Lack of guilt, guilt, and shame: A multi-informant study on the relations between

- self-conscious emotions and psychopathology in clinically referred children and adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 25(4), 383-396. <https://doi.org/10.1007/s00787-015-0749-6>
- Muris, P., Meesters, C., & van Asseldonk, M. (2018). Shame on me! Self-conscious emotions and big five personality traits and their relations to anxiety disorders symptoms in young, non-clinical adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*, 49(2), 268-278. <https://doi.org/10.1007/s10578-017-0747-7>
- Orth, U., Robins, R. W., & Soto, C. J. (2010). Tracking the trajectory of shame, guilt, and pride across the life span. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(6), 1061-1071. <https://doi.org/10.1037/a0021342>
- Papini, D. R., Roggman, L. A., & Anderson, J. (1991). Early-adolescent perceptions of attachment to mother and father: A test of the emotional-distancing and buffering hypotheses. *The Journal of Early Adolescence*, 11(2), 258-275. <https://doi.org/10.1177/0272431691112006>
- Passanisi, A., Gervasi, A. M., Madonia, C., Guzzo, G., & Greco, D. (2015). Attachment, self-esteem and shame in emerging adulthood. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 191, 342-346. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.552>
- Paulo, M., Vagos, P., Ribeiro Da Silva, D., & Rijo, D. (2019). The role of shame and shame coping strategies on internalizing/externalizing symptoms: Differences across gender in adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 17(4), 578-597. <https://doi.org/10.1080/17405629.2019.1682991>
- Reimer, M. S. (1996). "Sinking into the ground": The development and consequences of shame in adolescence. *Developmental Review*, 16(4), 321-363. <https://doi.org/10.1006/drev.1996.0015>
- Sedighimornani, N., Rimes, K., & Verplanken, B. (2021). Factors contributing to the experience of shame and shame management: Adverse childhood experiences, peer acceptance, and attachment styles. *The Journal of Social Psychology*, 161(2), 129-145. <https://doi.org/10.1080/00224545.2020.1778616>
- Silva, P. D., & Cunha, M. O. (2019). *Avaliação da Vergonha Externa e Interna em Adolescentes: adaptação e qualidades psicométricas da Escala de Vergonha Externa e Interna* (Master's

thesis, ISMT).

- Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Stams, G. J., & Colonnaesi, C. (2020). The relation between attachment and depression in children and adolescents: A multilevel meta-analysis. *Clinical child and family psychology review*, 23(1), 54-69. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00299-9>
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and development: A prospective, longitudinal study from birth to adulthood. *Attachment & Human Development*, 7(4), 349-367. <https://doi.org/10.1080/14616730500365928>
- Szentágotai-Táatar, A., & Miu, A. C. (2016). Individual differences in emotion regulation, childhood trauma and proneness to shame and guilt in adolescence. *PLoS One*, 11(11), e0167299. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0167299>
- Tangney, J. P., & Fischer, K. W. (1995). *The self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment, and pride*. The Guilford Press.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. The Guilford Press.
- Thompson, R. A. (2008). Early attachment and later development: Familiar questions, new answers. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment* (2nd ed., pp. 348–365). Guilford.
- Thompson, R. A. (2016). Early attachment and later development: Reframing the questions. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 330–365). Guilford Press.
- Tracy, J. L., & Robins, R. W. (2004). Putting the self into self-conscious emotions: A theoretical model". *Psychological Inquiry*, 15(2), 103-125. [https://doi.org/10.1207/s15327965pli1502\\_01](https://doi.org/10.1207/s15327965pli1502_01).
- Vagos, P., da Silva, D. R., Brazão, N., Rijo, D., & Gilbert, P. (2016). Dimensionality and measurement invariance of the Other as Shamer Scale across diverse adolescent samples. *Personality and Individual Differences*, 98, 289-296. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.046>
- Vagos, P., Ribeiro da Silva, D., Brazão, N., Rijo, D., & Elison, J. (2018). Psychometric properties of the Compass of Shame Scale: Testing for measurement invariance across community boys

- and boys in foster care and juvenile detentions facilities. *Child & Youth Care Forum*, 48(1), 93-110. <https://doi.org/10.1007/s10566-018-9474-x>
- Xavier, A., Pinto Gouveia, J., & Cunha, M. (2016). Non-suicidal self-injury in adolescence: The role of shame, self-criticism and fear of self-compassion. *Child & Youth Care Forum*, 45(4), 571-586. <https://doi.org/10.1007/s10566-016-9346-1>
- Walter, J. L., & Burnaford, S. M. (2006). Developmental changes in adolescents' guilt and shame: The role of family climate and gender. *North American Journal of Psychology*, 8(2). <https://psycnet.apa.org/record/2006-09074-012>
- Waters, E., Kondo-Ikemura, K., Posada, G., & Richters, J. E. (1991). Learning to love: Mechanisms and milestones. In M.R. Gunnar & L. Sroufe (Eds.), *Self processes and development* (pp. 217–255). Lawrence Erlbaum Associates.
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 591-601. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.591>
- Whittle, S., Liu, K., Bastin, C., Harrison, B. J., & Davey, C. G. (2016). Neurodevelopmental correlates of proneness to guilt and shame in adolescence and early adulthood. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 19, 51-57. <http://doi.org/10.1016/j.dcn.2016.02.001>
- Wu, X., Qi, J., & Zhen, R. (2021). Bullying victimization and adolescents' social anxiety: Roles of shame and self-esteem. *Child Indicators Research*, 14(2), 769-781. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09777-x>